

<<为了你的心脏更有力>>

图书基本信息

书名：<<为了你的心脏更有力>>

13位ISBN编号：9787509104798

10位ISBN编号：7509104793

出版时间：2007-1

出版时间：人民军医出版社

作者：曾强

页数：294

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

<<为了你的心脏更有力>>

内容概要

世界卫生组织指出21世纪健康人应具备10大要素，把“有力的心脏”摆在第一位。可见“心脏”对人们是多么重要。本书是针对当前心血管疾病呈增长趋势而编写的，是一本指导人们加强心脏保健和防病的科普读物。全书共六章，简要介绍了心脏的结构和功能，提出了保护心脏从年轻时抓起的观点，常见心脏病的保健和治疗，详细介绍了有利于心脏疾病，尤其是危害最大的冠心病的康复饮食治疗原则和食疗方。本书适合广大群众，尤其是希望心脏更为健康的人阅读。

<<为了你的心脏更有力>>

书籍目录

第一章 心脏的结构和生理作用第二章 有力的心脏须从年轻时抓起一、防止儿童肥胖二、注意饮食营养三、运动--为心脏健康而努力四、注重心理素质的修养,保持情志平和的良好心态五、适量饮红葡萄酒或喝葡萄汁六、戒烟和少饮烈性酒第三章 常见心脏疾病及防治一、先天性心脏病二、风湿性心脏病三、冠心病四、慢性肺源性心脏病五、心肌梗死六、心肌病七、心包疾病八、感染性心内膜炎第四章 其他与心脏有关的疾病一、梅毒二、狼疮病三、雷诺现象第五章 心血管病患者旅行须知及平时注意事项一、心脏病患者旅行须知二、心脏病其他注意事项三、心脏病发作时的应急措施四、有益心脏的中药选介第六章 心脏病及有关疾病的饮食治疗一、防治冠心病的饮食原则二、防治冠心病的主要食物三、冠心病防治食疗方四、风湿病防治食疗方五、肥胖症防治食疗法六、糖尿病防治食疗方七、肺心病防治食疗方

<<为了你的心脏更有力>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>